

こんだてひょう



氷見市立瀬浦小学校

日曜	行事食等	こんだて立	使用する食品名		
			ちきんにく 血や筋肉になる	たいおんちから 体温や力になる	からだちようしととの 体の調子を整える
2月		ごはん牛乳 野菜のメンチカツ 瀬浦みかンドレッシングサラダ はるさめ 春雨スープ	ぎゅうにゅう やさいのメンチカツ ぶたにく	ごはんあぶら はるさめ	だいこんきゅうりコーン ★なだらみかん にんじん はくさいほししいたけ ねぎ
3火		さつまいもごはん牛乳 さばの塩焼き白菜の昆布あえ なめこ汁瀬浦みかん	ぎゅうにゅうさば こんぶとうふ みそ	ごはん★さつまいも	はくさいにんじん きゅうりなめこだいこん ねぎ★なだらみかん
4水		ごはん牛乳 鶏肉の瀬浦みかんソースかけ えだまめ枝豆サラダたまご とコーンのスープ まるごとスイートポテト	ぎゅうにゅう とりにくたまご	ごはんさとう でんぶん ★さつまいも グラニューとう バター	★なだらみかん キャベツ きゅうりにんじん えだまめ たまねぎはくさいコーン
5木		ごはん牛乳 豚肉のジャンロー もやしのナムル野菜のみそ汁	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげみそ	ごはんあぶら さとうごまあぶら ごま	しょうがたまねぎこまつな キャベツもやしにんじん はくさいねぎ
6金		コッペパン牛乳 大豆とごぼうのメンチカツ さつまいもサラダ ミネストローネ	ぎゅうにゅう だいずとごぼうのメンチカツ ベーコン	コッペパンあぶら ★さつまいも マヨネーズさとう オリーブオイル じゃがいも	たまねぎにんじんレモン にんにくトマトパセリ
10火		ごはん牛乳すり身揚げ キャベツとわかめの甘酢あえ にら玉汁	ぎゅうにゅう すりみわかめ みそたまご	ごはんさとう でんぶんあぶら	にんじんごぼうねぎ キャベツきゅうりにら たまねぎ
11水		ごはん牛乳和風ハンバーグ もやしのごまひたし だんご汁	ぎゅうにゅう とうふハンバーグ とりにく	ごはんさとう ごまもち	だいこんこまつなもやし ほししいたけにんじん たまねぎ
12木		おに鬼まんじゅうソフト麺 牛乳元気コロッケ コーンのひたしカレーソース	ぎゅうにゅう ソイミート	★さつまいも こむぎごさとう げんきコロッケ あぶらソフトめん でんぶん	キャベツもやしコーン しょうがたまねぎにんじん

11・12月 給食の目当て

○正しいマナーで、みんなで楽しく食べる工夫をしよう

1・2年生…食器やはしを正しく持って仲よく食べる。

3・4年生…静かに放送を聞きながら、よくかんで楽しく食べる。

5・6年生…食事のマナーを考えて、静かに楽しく食事をする。



日曜	行事食等	こんだて立	使用する食品名		
			ちきんにく 血や筋肉になる	たいおんちから 体温や力になる	からだちようしととの 体の調子を整える
13金	ひみの 日献立	ごはん牛乳 ふくらぎの甘みそかけ 小松菜のごまあえ さつまいものみそ汁	ぎゅうにゅう ふくらぎみそ とうふ	ごはんさとう ごま★さつまいも	しょうがもやしこまつな にんじんたまねぎしめじ
16月		ごはん牛乳 さつまいものミックスみそ豆 青菜のあえもの えのきのみそ汁	ぎゅうにゅう だいずこうやどうふ みそ	ごはん ★さつまいも でんぶんあぶら さとう	こまつなキャベツ にんじんえのきたけ たまねぎ
17火		ごはん牛乳さばのごま焼き 変わり漬け高野豆腐のみそ汁 スイーツポッテリト	ぎゅうにゅう さばみそ こうやどうふ なまクリームたまご	ごはんさとう ごま★さつまいも バター	しょうがキャベツもやし たくあんだいこん たまねぎにんじんねぎ
18水		ごはん牛乳 酢豚バンサンスー わかめスープ	ぎゅうにゅう ぶたにくわかめ	ごはんでんぶん あぶらさとう さんおんとう はるさめ ごまあぶら	しょうがにんじん たまねぎピーマン ほししいたけきゅうり コーンもやし チンゲンサイねぎ
19木	たんじょう かいしよく 会食	むぎごはん牛乳 照り焼きハンバーグ スイーツポテトサラダ ハヤシルウ誕生デザート	ぎゅうにゅう てりやきハンバーグ ヨーグルト ぎゅうにく ソイミート	むぎごはん ★さつまいも マヨネーズあぶら たんじょうデザート	コーンきゅうりにんじん にんにくたまねぎしめじ エリンギ
20金		あげパン牛乳 タンドリーチキンポパイサラダ オニオンスープ	ぎゅうにゅう きなこ とりにくヨーグルト ベーコン	コッペパンあぶら グラニューとう じゃがいも マヨネーズ	ほうれんそうにんじん コーンたまねぎパセリ
23月		ごはん牛乳焼きししゃも 小松菜の切り干しあえ じゃがいものそぼろ煮	ぎゅうにゅう こもちししゃも ぶたにく	ごはんごま じゃがいも あぶらさとう でんぶん	こまつなキャベツ きりぼしだいこんしょうが たまねぎにんじんしめじ さやいんげん
24火	クリス マス こんだて 献立	ピラフ牛乳星のコロッケ コーンのひたし豆乳スープ カップデザート	ぎゅうにゅう ベーコンとりにく とうにゅう	ごはんバター あぶら ほしのコロッケ ★さつまいも カップデザート	0コーンえだまめ たまねぎブロッコリー かぼちゃ

※太字は氷見産の食材です。 下線付きの★マークの食材は、1・2・6年が収穫しました。